



## 5月の保健だより



たかさご保育園

満開の桜がまぶしい緑に変わり、過ごしやすい季節になりました。

新年度がスタートして、あっという間に一ヶ月が経ちました。子ども達は新しい環境にもだいぶ慣れてきましたが、少し疲れが出てくる頃です。夜の睡眠をしっかりとるようにして体調変化を注意深く見てていきましょう。

新型コロナウイルスにつきましては、今月8日より5類移行となることが決定し、少しずつですがコロナ前の生活に戻りつつあります。今後も政府の指導や、社会情勢と照らし合わせながら、園生活を行って参ります。保護者の皆様には、今後もご理解ご協力を頂けますように重ねてお願い致します。

### 行事

内科健診・・・14:15～の予定です。

5月9日(火) 0、1、2才児

5月30日(火) 0、3、4、5才児

※今年度より、成長記録（身体測定値）はチアーズにて配信し、3月に一年間の成長記録用紙を配布させて頂きます。

チアーズは、0才：毎月、1才：奇数月、2-5才：3回/年（7、11、3月）で配信致します。

### 活動しやすい服装を見直しましょう

日中は汗ばむ程、気温が上がる日もあります。子どもはたくさん汗をかく上、園庭で思いっきり遊びますので、着替えを多めに用意しましょう。

●肌着は・・・綿で汗を吸収しやすいもので、汚れの目立ちやすい白か淡い色が良いでしょう。年間通して、乳児は半袖、幼児は半袖かノースリーブシャツにしましょう

体の汚れを吸着するので、入浴しなくとも必ず毎日とりかえましょう

●ズボンは・・・半ズボン（病後や体調の悪い時には調節しますので、短めで動きやすいものをはきましょう）

●上着は・・・できれば綿素材のものが良いでしょう。よく汗を吸収し、保湿性に富んだ綿のものは子どもにとって最適です。新陳代謝の激しい乳幼児期は、頻繁に取り替える必要があります。脱ぎ着のしやすいゆとりのあるものが良いでしょう

●帽子は・・・通気性が良くて洗濯しやすい  
光線を反射させる白い色や淡い色  
アゴひもがある  
大人の指が1本入るゆとりのあるもの



適当な大きさのつばがついている

\*靴は・・・・サイズが合っているものをはきましょう。大き過ぎても靴擦れを起こします。また砂や小石が入っていないかチェックしましょう

### 予防接種で免疫をつくる

保育園集団生活の場であり、病気が発生すると、あっという間に広がってしまいます。症状が軽い病気は、上手に乗り越えて免疫を獲得していきますが、重い合併症をおこす病気は予防接種で免疫を得ることで、個人としても集団としても予防が可能になります。

予防接種を受けた場合は、連絡帳・連絡ノートにてお知らせ下さい。

予防接種は対象年齢の時期に計画的に、体調の良い時に受けましょう

予防接種後に熱が出ることが多いため、週末に受けると安心です。

### はしか

熱・咳・鼻水などの症状が出始め、数日後、首筋・顔から赤い発疹、口の中に白い発疹が出てから再発熱で38~39°C台へ上がり、発疹は全身に広がります。全身症状が強く、かかるととてもつらい病気です。

また肺炎、中耳炎、結膜炎、熱性けいれん、脳炎などの

重い合併症を起こすことがあり、とてもうつりやすく、

免疫がない大人にもうつるので注意が必要です。

予防接種の効果は非常に高く、ほとんど感染を

防ぐことが出来るので時期が来たら受けましょう。

